

1 学年通信 - 4月27日号 -

入学して3週間が経ちました。少し慣れたところでゴールデンウィークに入ります。ようやく親しくなってきたクラスメイトにも会えなくて残念ですね。

5月6日までの期間をどのように過ごしたらいいのか考えてみましょう。

また、Teams の情報を確認する習慣をつけましょう。1 学年全体のチーム（戸山_R6_全1）とクラスごとのチーム（戸山_R6_全1A など）をこまめに見るようにしてください。



1. 規則正しい生活をしよう！

休みが長くなるとどうしても夜型になりがちです。せっかく生活のリズムができたのですから生活のリズムをしっかりキープしていきましょう。寝る時間を決める（12 時前）、起きる時間を決める等。また、間食をどうしても多くとりがちです。健康にあまりよくありません。朝・昼・晩の3食しっかり食べて間食の量を減らしましょう。

2. 勉強をしよう！

入学前の一番の不安は授業であったと思います。「高校の授業の進度は速い！」「予習をしないとついていけない」などいろいろないわれました。しかし、実際の授業を受けて確かに授業は手ごわいけど何とかなんとかなったはずで、その通り、何とかなるのです。予習→授業→復習のリズム、これが大切です。

自分の足りないところも分かったと思います。足りないところを補充し、5月7日には余裕も持って授業に臨めるぐらいにしましょう。

(1) 最低6時間は勉強をする。

平常授業日 授業6時間＋自宅学習3時間

休日 自宅学習6時間＋読書など

(2) 特に国語・数学・英語に苦手教科がある生徒はなるべく早期の克服をする。

(3) みんなが行うべきこと。（教科書の見直し。基礎事項の見直し。）

古文・・・活用を完璧に覚える

英語・・・英単語の量を確実に増やしていく

文法の理解度を深める

数学・・・既習分野の理解度を深める

3. 具体的な計画を立てよう！（無理のない計画を！）

短期的計画（1日単位）・中期的計画（5月6日まで）を立てる。無理のない計画を。

4. 手伝いをしよう！

家族の一員です。当然自分の果たすべき家族の中での役割があると思います。

5. 本を読もう。（「読書」は心の栄養分）

6. 気分転換・体を動かすことを忘れずに！（けじめをつけて！）

7. 笑顔を忘れず！（他人を、自分を和ませます！）